

令和6年4月～令和7年3月

## 🌸わくわくマタニティ教室のご案内🌸

妊娠おめでとうございます。

妊娠をして嬉しいと思う反面、これからどうしよう・・・と不安に思われている方もいらっしゃるかもしれませんね。

妊娠中は、お腹の赤ちゃんの発育が進むにつれ、お母さんのところや体には、いろいろな変化があります。健やかなマタニティライフの過ごし方を学びながら、妊婦さん同士で楽しいおしゃべりをしませんか？

ご参加をお待ちしています。



《日 程》 5月27日(月) 6月17日(月)  
8月19日(月) 9月30日(月)  
11月25日(月) 12月16日(月)  
2月17日(月) 3月17日(月)

《受付時間》 10時～10時15分  
教室は、2時間程度で終了します。  
母子健康手帳をご持参ください。

《場 所》 福島保健センター

### (内容)

- 妊娠中の生活
- 出産の流れ
- 出産の準備
- 赤ちゃんのお風呂
- 子育てについて 等

☆参加を希望される場合は前週木曜日までに電話で申し込みをお願いします

申し込み先：子育て・こども課  
0956-72-1111